



# Media Luna Oftalmológica

Programa Mantenga Sana su Visión

## CONSEJOS PARA EL USO DE GOTAS OFTÁLMICAS

NOSOTROS SERVIMOS

# LIONS

Capítulo 68



Lions Clubs International  
**FOUNDATION**



León Néstor Gerardo Freccero  
Gobernador PF 2021-2022



## Capítulo 68

### Consejos para el uso de gotas oftálmicas

Las gotas oftálmicas recetadas ayudan a mantener la presión ocular en un nivel saludable y constituyen una parte importante de la rutina de tratamiento para muchas personas.

#### Recuerde siempre seguir las indicaciones de su médico

Asegúrese de que su médico esté al tanto de todo medicamento adicional que esté tomando, incluidos aquellos de venta libre, y de cualquier tipo de alergia que tenga.

Lávese las manos antes de ponerse las gotas para los ojos.

Tenga cuidado de no permitir que la punta del gotero toque ninguna parte del ojo.

Asegúrese de que el gotero se mantenga limpio.

Si se está colocando más de una gota o más de un tipo de gota, espere cinco minutos antes de ponerse la próxima gota; esto evitará que la segunda gota elimine la primera antes de que haya tenido tiempo de actuar.

Almacene las gotas para los ojos y **todos** los medicamentos fuera del alcance de los niños.

#### Pasos que debe seguir para colocarse las gotas oftálmicas:

- Para comenzar, incline la cabeza hacia atrás mientras está sentado, de pie o recostado. Con el dedo índice ubicado en el punto blando que se encuentra justo debajo del párpado inferior, tire hacia abajo suavemente para formar un bolsillo;
- Permita que caiga una gota dentro del bolsillo;
- Lentamente, suelte el párpado inferior. Cierre los ojos pero intente no hacerlo con fuerza ni entrecerrarlos; esto podría provocar que las gotas salgan del ojo;
- Presione suavemente sobre el vértice interno de sus ojos cerrados con el dedo índice y el pulgar durante dos o tres minutos; esto ayudará a mantener las gotas en el ojo, donde se las necesita;
- Seque el contorno de los ojos para eliminar cualquier exceso.

#### Si tiene problemas para colocarse gotas para los ojos, estos consejos pueden ser de utilidad:

- **Si le tiemblan las manos:** intente abordar el ojo por un lado, de modo de poder descansar la mano sobre el rostro y ayudar a que se mantenga estable;
- **Si tiene problemas para que la gota entre en el ojo:** con la cabeza girada a un lado o recostado sobre un lado, cierre los ojos; coloque una gota en el vértice interno del párpado (el lado más cercano al puente de la nariz). Al abrir los ojos lentamente, la gota se depositará justo en el ojo.

Si todavía no tiene la seguridad de que la gota haya entrado en el ojo, colóquese otra gota. Los párpados pueden contener tan solo una gota, por lo que todo exceso simplemente correrá por fuera del ojo. Es mejor que se desperdicie el exceso que no tener suficiente medicamento en el ojo.

La información facilitada por este medio no puede, en modo alguno, sustituir a un servicio de atención médica directa, así como tampoco debe utilizarse con el fin de establecer un diagnóstico, o elegir un tratamiento. La utilización de este servicio se lleva a cabo bajo la exclusiva responsabilidad de los usuarios.





# Media Luna Oftalmológica

## Centros Oftalmológicos Creados



Lions Clubs International  
**FOUNDATION**



León Néstor Gerardo Freccero  
Governador PF 2021-2022